



25 de mayo



Locro vegano



Cacerola
8Lts
AQUA



8 comensales



1h 30min



Función:
Cazuelas y guisados

INGREDIENTES

400 gr. porotos blancos (remojaos en agua desde la noche anterior)
400 gr. maíz blanco (remojaos en agua desde la noche anterior)
2 kg. calabaza cortada en cubos
1 kg. cebolla picada
300 gr. hongos fileteados
500 gr. zanahoria picada
6 un. dientes de ajo
500 gr. cebolla de verdeo picada
2,5 lts. caldo de verduras
c/n sal, pimienta, pimentón, comido y ají molido

Para el sofrito:

c/n aceite de oliva, cebolla de verdeo (parte verde) y ají molido

PREPARACIÓN

Precalentamos la Cacerola tapada 5' a **FUEGO MÁXIMO**. Agregamos aceite de oliva a gusto y la cebolla, los hongos, la zanahoria, el ajo y la cebolla de verdeo. Salteamos alrededor de 15'.

Incorporamos los porotos, el maíz, la calabaza, el caldo y los condimentos. Continuamos la cocción aproximadamente 1 hora a fuego mínimo, hasta que los porotos y el maíz estén cocidos.

Para el sofrito saltamos la parte verde de la cebolla de verdeo con aceite de oliva y agregamos ají molido a gusto.

Servimos el locro con el sofrito por arriba.

